

Dinamica Mentale Spirituale – 6.7 giugno 2026

Saluto tutti e mi scuso per il ritardo nella risposta.

Ho partecipato al corso DMS del 6/7 giugno.

Sono soltanto pochi mesi che sono entrata a far parte di questa splendida comunità.

Devo premettere che per stare vicino ai miei genitori anziani, ho rinunciato per anni, alla mia vita. Quindi decidere di affrontare il viaggio per Vicenza, è stata una grande sfida. La curiosità e il desiderio di conoscere mi hanno fornito la motivazione per partire.

È stata un'esperienza fantastica con gente fantastica.

Non ricordo nessun nome dei presenti al corso; ricordo però perfettamente le loro anime. I dialoghi fatti di sguardi d'intesa, c'era una forza superiore che mi permetteva di leggere le loro emozioni.

Forse per questo il 4° elemento è stato nominato X.

Avrei voluto conoscervi molto prima. Recupererò, intanto sono tempestosamente felice!

GRAZIE

Con stima

Maria Ficara – Reggio Calabria

* * *

Ma che cos'è la Spiritualità?

Viene definita come la dimensione interiore legata alla ricerca del Senso della Vita, Consapevolezza di Sé, Vera Realtà.

Mi sono resa conto che la Spiritualità è quella parte che non si può spiegare con la ragione e che è dentro di noi, nonostante noi. È quella parte più vera e magica che è sempre presente anche se non la riconosciamo.

E a questo punto mi accorgo che subentra la paura di fermarmi, di cercare di riconoscere quello che realmente sono, perché, se lo riconosco, sento di non avere più alibi, di non poter più dire "non posso", ma solo ammettere onestamente con me stessa "non voglio".

E allora che fare?

Per me il passaggio essenziale è riconciliarmi, riconciliarmi innanzitutto con me stessa, lasciare andare i fardelli che mi sono creati, che mi trattengono e mi impediscono di crescere, perché solo così posso

DIVENTARE CHI SONO e conquistare la mia vera Libertà.

Come dice Ma.Bo. nell'introduzione A Futura Memoria ".....crearti paura o fastidio è un trucco della mente per limitare la tua libertà; di guardare, di vedere, di sapere, di capire, di fare, di conoscere, di riconciliarti, di vivere, di meravigliarti, di crescere, di condividere, di amare te stesso e la realtà che ti appartiene e di cui fai parte."

Con immensa gratitudine nei confronti della Vita e delle Persone che continuo a incontrare

Nicoletta Bagarella – Vicenza

* * *

Dinamica Mentale Spirituale

Un titolo altisonante, che apre tante finestre e aspettative...La parola spirituale vuoi per cultura, per bias, per.....potrebbe portare a pensare a qualcosa di religioso, mistico, di setta e se poi cerchiamo di immaginarlo legato al corso di D.M.C entriamo in un vortice di Se e di Ma....

Ecco che il nemico - amico A.I. ci viene in aiuto, o così pensiamo, e alla domanda cos'è Dinamica spirituale ci risponde così:

*Per **dinamica spirituale** si intende l'insieme dei processi, delle tappe e delle forze interiori che guidano la crescita, la trasformazione e la ricerca di unione con il divino. Questo concetto è centrale sia nelle discipline meditative sia nella tradizione religiosa, come nel caso degli Esercizi Spirituali di Sant'Ignazio**, che strutturano l'evoluzione interiore in diverse settimane o fasi. []*

*** Gli **Esercizi Spirituali di Sant'Ignazio di Loyola** sono un metodo di preghiera, meditazione e discernimento strutturato per aiutare le persone a **ordinare la propria vita e trovare la volontà di Dio**. Composti nel XVI secolo a partire dall'esperienza personale di conversione del fondatore dei Gesuiti, non nascono come un libro da leggere, ma come una vera e propria guida pratica da sperimentare sotto la guida di un accompagnatore spirituale.*

Ecco è come temevo!!

Ma oramai mi sono iscritto, mi Fido di Carlo e Patrizia, andiamo a sentire che ci raccontano, comunque qualcosa impareremo.

Sala piena, volti amici e sorridenti, interesse e curiosità palpabili...campana di inizio.

Le prime battute, l'apertura e il decollo un po' turbolenti, poi come d'incanto sbuchiamo sopra le nuvole e inizia il viaggio...una piacevole esperienza che delicatamente ti accompagna a riconoscere i tuoi confini le paure, le fragilità e quel cono d'ombra che non si vuole affrontare.

Passano le ore il clima si rilassa le emozioni affiorano, aumenta la consapevolezza di sé, si abbassano e abbandonano le Guardie e si entra in un collegiale micro-macro clima emozionale dove tutto **diventa 1**.

Aiutati da esercizi e tecniche "dinamiche" ci avviciniamo ad una declinazione della crescita spirituale in comportamenti concreti, solidarietà e coerenza di vita.

Una bella esperienza che apre le porte della curiosità alle prossime giornate...dai contenuti ancor più "impegnativi".

Un Grazie a Carlo, Patrizia per gli stimoli di riflessione a tutti i partecipanti senza i quali non si sarebbe creato un clima così carico di bellezze e condivisione.

Gianluca Grossi - Padova